

На правах рукописи

Масловский Сергей Иванович

**ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЦ
С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РЕЛИГИОЗНОСТИ**

Специальность:

19.00.13 – возрастная психология, психология развития и акмеология

Диссертация в форме научного доклада

на соискание ученой степени кандидата психологических наук

Москва – 2017

Работа выполнена в Высшей школе практической психологии и бизнеса

Научный руководитель: доктор психологических наук,
профессор
Цветков Андрей Владимирович

Официальные оппоненты: доктор психологических наук,
профессор
Крук Владимир Михайлович
кандидат психологических наук
Лукина Альбина Владимировна

Защита состоится 14 июня 2017 года в 15 часов на заседании диссертационного совета Д-017-ИКМ-259 при Институте когнитивного моделирования по адресу: г. Москва, п. Первомайское, пос. Первомайское, улица Центральная, д. 33, оф. 15.

С диссертацией можно ознакомиться в научно-методическом отделе и на веб-сайте Института когнитивного моделирования <http://www.cognitive.moscow>

Отзывы на диссертацию могут быть направлены по адресу: 108808 г. Москва, п. Первомайское, пос. Первомайское, улица Центральная, д. 33, оф. 15, Институт когнитивного моделирования.

Диссертация в форме научного доклада разослана «14» мая 2017 года

Ученый секретарь
диссертационного совета:
кандидат философских наук

МИРОНОВА Наталья Борисовна

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В последние годы Россия все более становится страной, в которой доминирующие в общественном сознании ценности «отсчитываются» от религиозного канона [ВЦИОМ, 2010]. Однако большинство исследующих данный феномен авторов ограничиваются описательно-констатирующим или социологическим подходом [Лункин Р.Н., 2014]. Немалое число печатных данных имеет просто спекулятивный характер: так, 10 лет назад, по данным портала Статистика.ру, число задекларированных Русской православной церковью и Советом муфтиев России сторонников указанных конфессий по сумме превышало население страны.

При этом психологическое изучение феномена религиозной веры остается односторонним. К примеру, Д.В. Ольшанский и А.М. Свядощ сводят его к «внушаемости» [Ольшанский Д.В., 2002]. Среди социальных психологов [Петрова Е.А., 2004] популярны трактовки религиозности как массовидного процесса, связанного с взаимным эмоциональным «заражением» [Э.Фромм, 2006; С. Московичи 1996].

Несколько далее пошла Р.М. Грановская [2004], увязавшая веру с состоянием неопределенности.

Ряд зарубежных авторов [М. Бенингфилд, 1997; Р.Абрахам, 1997] рассматривают религиозность человека с утилитарной стороны – как черту личности, содействующую или мешающую психотерапевтическому процессу в зависимости от контекста.

Обобщение приведенных выше трактовок религиозности позволяет выделить главную психологическую черту религиозной веры, связь с принятием решений и саморегуляцией поведения.

Данная постановка вопроса до сих пор в психологическом дискурсе отсутствует, что делает актуальным и своевременным анализ особенностей

саморегуляции в зависимости от наличествующего у человека уровня религиозности.

Кроме того, представляется необходимым введение проблемы саморегуляции у лиц с разным уровнем религиозной веры в контекст социально-психологических (эмоциональный интеллект, склонность к созависимым отношениям) и личностных (временная перспектива, страх смерти, когнитивная сложность Образа Я) явлений, тесно связанных по данным литературы со смысловой сферой, к которой относятся вопросы веры.

Цель исследования: выявить особенности саморегуляции лиц зрелого возраста (25-40 лет) с разным уровнем религиозности.

Предметом исследования являются особенности процесса регуляции собственного поведения и регуляторно-личностных свойств у лиц зрелого возраста с разным уровнем религиозности.

Объект исследования: психологические образования, связанные с саморегуляцией (эмоциональный интеллект, склонность к созависимым отношениям, временная перспектива, страх смерти, когнитивная сложность Образа Я) у лиц с разным уровнем религиозности.

Цель диссертационного исследования конкретизируется в следующих **задачах:**

1. Изучить представления о религиозной вере как детерминанте познавательных и эмоциональных процессов в философии и психологии;
2. Подобрать психодиагностический инструментарий для изучения психологических образований, связанных с саморегуляцией поведения;
3. Провести эмпирическое исследование особенностей регуляции собственного поведения и регуляторно-личностных свойств у лиц зрелого возраста с разным уровнем религиозности;
4. Выявить на основе анализа эмпирических данных особенности саморегуляции у лиц зрелого возраста с разным уровнем религиозности.

Гипотеза исследования: взаимосвязи процессов саморегуляции и регуляторно-личностных свойств имеют разную структуру у мужчин и женщин в зависимости от уровня религиозности – у женщин повышение религиозности будет оказывать более значимое влияние, чем у мужчин.

В качестве ключевых **методологических оснований** исследования были приняты:

- *подходы к пониманию религиозной веры как гносеологического феномена* (Е.Г. Балагушкин; М.М. Бахтин; Э. Гуссерль; С. Кьеркегор; А.Ф. Лосев; П.А. Флоренский);
- *социально-психологические концепции религиозности как процесса порождения ценностей и установок поведения* (Грановская Р.М.; Зенько Ю.И.; Ф. Клеман; Платонов К.К.; Угринович Д.М.);
- *подходы к анализу саморегуляции в структуре личности* (Абульханова-Славская К.А.; Василюк Ф.Е.; Конопкин О.А.; Моросанова В.И.; Николаева В.В.).

Методы исследования:

- теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования;
- эмпирические методы исследования:
 - а) прямая вербальная и визуальная оценка степени религиозности;
 - б) опросник «Выявление уровня созависимости» О.Ю. Никоновой;
 - в) методика «Психологическое время личности» Л.А. Регуш;
 - г) конструктивный рисунок человека из геометрических фигур по В.В. Либину;
 - д) опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой;
 - е) Шкала Танатической Тревоги (DAS);
 - ж) тест на эмоциональный интеллект Н.Холла.
- методы математической и статистической обработки и интерпретации данных с помощью статистических программ пакета IBM SPSS Statistics 21.

Эмпирическая база исследования: в исследовании приняли участие 58 респондентов, средний возраст которых составил $30,7 \pm 10$ лет, в данную выборку вошли 2 группы: 1) 16 мужчин в возрасте $26 \pm 4,5$; 2) 39 женщин в возрасте $32,6 \pm 11,1$. Данная выборка является репрезентативной согласно статистическим критериям (близость распределения исследуемых показателей к нормальному) и адекватной исследуемому возрасту, т.к. зрелость (20–35 лет по Д.Векслеру, 25–40 лет по Д.Б.Бромлею, 25–50 лет по Д.Биррен) полагается большинством авторов (Крайс Г., Бокум Д., 2012) стабильным по показателям личности и ценностей.

Надежность и достоверность результатов исследования обеспечивалась репрезентативностью выборки, использованием валидных и адаптированных методик, адекватных предмету изучения, а также применением соответствующих методов математической обработки данных.

Математические расчеты были проведены с помощью следующих статистических методов:

- методы дескриптивной статистики включали в себя оценку среднего арифметического и стандартного отклонения ($\bar{x} \pm \sigma$), долей (%);
- проверка распределения признаков на соответствие закону нормального распределения проводилась с помощью критерия Колмогорова-Смирнова;
- сравнение количественных независимых показателей проводилось с помощью параметрического t-критерия Стьюдента;
- дискриминантный анализ был применен для выявления особенностей проявления личностной и эмоциональной сферы у респондентов разных полов с разным уровнем религиозности

Положения, выносимые на защиту:

1. Существуют половые различия по уровню когнитивной дифференциации Я-образа у респондентов с разным уровнем религиозности: для мужчин характерен резкий рост детализации при достижении веры с соблюдением повседневных ритуалов и отсутствие различий между

неверующими и умеренно религиозными лицами, для женщин – плавный рост детализации с ростом уровня религиозности. Даже высоко религиозные женщины по показателям дифференциации Я-образа отстают от минимальных показателей мужчин.

2. По общему показателю развития саморегуляции как у неверующих, так и у высоко религиозных респондентов отмечается значимое превосходство мужчин, в группе умеренно религиозных таких различий не обнаруживается.

3. Страх смерти существенно более выражен в группе высоко религиозных респондентов, что справедливо для обоих полов.

4. Рост уровня религиозности сопряжен с повышением эмпатии и эмоциональной осведомленности (понимание эмоций как феномена), но со снижением способности к управлению эмоциями (т.н. «отходчивость»). Имеется тенденция к J-образному развитию созависимости как параметра регуляции социального поведения: наименьший уровень отмечается у умеренно религиозных лиц.

5. Возможно с высокой точностью кластеризовать респондентов с разным уровнем религиозности. При этом у мужчин наибольшей дискриминативностью будут обладать параметры эмоциональной осведомленности и ориентации на настоящее во временной перспективе, у женщин – озабоченность физическими изменениями как компонент страха смерти и способность к моделированию предстоящей деятельности.

Научная новизна. На основе теоретического анализа показана несостоятельность трактовки религиозности как прямого фактора развития и функционирования саморегуляции. Опосредованное влияние веры в регуляцию поведения активно проявляется в ситуациях неопределенности и/или трудных жизненных ситуациях. Религиозность выполняет роль «когнитивного фильтра» при принятии решений в ситуации нехватки информации, сопряженной с высокой значимостью для личности. С другой стороны, резкое повышение танатической тревоги в сочетании с созависимыми установками поведения у

высоко религиозных лиц отражает классические представления о вере в монотеистических религиях как «вручения себя» воле высшей силы (Ю.М. Лотман) и осознании своей ответственности не только перед окружающими, но и перед «этическим императивом». Такое сочетание свойств (когнитивный фильтр и высокая ответственность) не выполняет «буферной» роли, защищая личность от стрессов, но снижает вероятность психотравмирующих последствий принятых решений. Эмпирически это отражается в снижении критики к своим поступкам (обнаруживается у высоко религиозных женщин).

Теоретическая значимость проведенного исследования состоит в эмпирическом обосновании положения о религиозной вере как экстернизированной «снятой форме» саморегуляции личности. Это позволяет отойти от трактовки веры как сугубо социального феномена, сосредоточившись на ее роли в онтогенезе личности как продукта социализации в подростковом и юношеском возрасте и основания принятия решений – в зрелости.

Проведен анализ и систематизирован накопленный теоретический материал разных отраслей знания (философии, религиоведения, психологии) относительно роли религиозной веры в познании, принятии решений и совладании с трудными жизненными ситуациями.

Практическая значимость данной работы заключается в потенциальном использовании полученных результатов:

- в индивидуальной и групповой психокоррекционной работе с последователями деструктивных религиозных сект;
- в разработке методических рекомендаций для педагогов, ведущих преподавательскую и просветительскую работу с детьми и подростками в рамках курса «Основ религиозной культуры и светской этики»;
- в семейном и супружеском консультировании для согласования регуляторных и ценностных установок лиц разного пола (родителей, прародителей и детей, супругов).

Апробация работы и публикации: основные результаты исследования были представлены на трех международных научно-практических конференциях. По теме диссертации опубликовано 10 работ, 1 в печати.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность проблемы исследования; определяются цель исследования, его объект и предмет; формулируются гипотезы и задачи; определяются методы исследования; раскрываются новизна, теоретическая и практическая значимость исследования; выдвигаются положения, выносимые на защиту.

В главе I «Проблема соотношения религиозности и саморегуляции субъекта» последовательно обсуждается ряд вопросов.

В первом параграфе главы I **«Обзор философско-психологических исследований феномена религиозной веры»** рассмотрено понятие религиозной веры от античности до современных социально-психологических и психотерапевтических исследований.

Античные мыслители (Парменид, Зенон, Гераклит, Сократ, Платон, Аристотель, Демокрит, Эпикур), рассматривая веру в сопоставлении со знанием, отмечали неполноту обоснований веры, ее утверждений, основанных на чувственном опыте и традициях обыденного сознания, в отличие от полноценного «истинного» знания, которое достигается лишь мышлением, исходящим из самоочевидных посылок и руководствующимся правилами логики.

В Средние века решение проблемы веры и знания изменилось: религиозная вера в существование Бога и догматы Церкви стала рассматриваться как единственный способ постижения истины. Вера ставится выше рационального знания, которое лишается самодостаточности: от отрицания разума и возвеличивания веры ("верую, ибо абсурдно" по Тертуллиану), до попыток обоснования гармонии разума и веры при

приоритете последней (Августин Аврелий, Иоанн Дамаскин, Ансельм Кентерберийский, Пьер Абеляр, Фома Аквинский, Уильям Оккам).

В *Новое время*, научное естествознание отделяется от религии, а философская мысль обращается к исследованию веры как неотрефлексированной установки сознания в познавательном процессе: представители *эмпиризма и сенсуализма* (Ф. Бэкон, Т. Гоббс, Дж. Локк) относили к вере все утверждения, которые не могут быть выведены из эмпирически данных ощущений; сторонники *рационализма* (Р. Декарт, Г. Лейбниц, Б. Спиноза) соотносили веру с интеллектуальной интуицией, которая не требует доказательств, поскольку содержит очевидные для разума истины; в *субъективно-идеалистическом направлении* (Дж. Беркли, Д. Юм) критиковалась житейская наивная вера в существование материальной реальности, выходящей за пределы непосредственной данности сознанию.

В XVIII веке возникает идеология *Просвещения*, в соответствии с которой знание, особенно научное, должно последовательно вытеснять веру, как обыденную, так и религиозную. В трудах философов-просветителей (А. Вольтер, Д. Дидро, К.А. Гельвеций, П.А. Гольбах, Ж.-Ж. Руссо) утверждается мысль, что свободная личность должна быть критичной и самокритичной, ничего не принимать на веру, не признавать авторитетов и полагаться исключительно на силу собственного разума.

В XIX веке разброс позиций становится шире. Так, *Г. Гегель, И. Фихте, Ф. Шеллинг* в абстрактно-логическом плане стремились показать диалектическое единство религиозной веры и метафизического знания. С острой критикой религиозной веры и утверждением разума и научного метода выступал *материализм* в двух вариантах: антропологическом Л. Фейербаха, и социально-философском К. Маркса и Ф. Энгельса. Материалистической критикой религиозной веры как мировоззрения, утверждением ее иллюзорности проникнуты исследования *советского периода отечественной философии* (В.И. Гараджа, В.И. Добренков, Л.Н. Митрохин).

Параллельно в XIX-XX вв. разрабатываются идеи *русской философии всеединства* (С.Н. Булгаков, Л.П. Карсавин, В.С. Соловьев, П.А. Флоренский, С.Л. Франк), в которой вера рассматривается как мистическая связь, соединяющая человека с Богом и дающая абсолютное знание. Проблема веры в соотношении с проблемой смысла человеческой жизни, свободы и творчества (Н. А. Бердяев, М. Бубер, И. А. Ильин, Л. Шестов).

Роль веры в обретении смысла жизни, развитии нравственности привлекала внимание А. А. Введенского, Х. Ортега-и-Гассета, П. Т. де Шардена. *Философы-экзистенциалисты* (А. Камю, Ж.П. Сартр, М. Хайдеггер, К. Ясперс) рассматривали веру как особое переживание в акте волевого выбора свободного человека, стоящего перед лицом раздробленности, непостижимости, абсурдности мира.

В XX веке христианские теологи и богословы обращают внимание на изменение религиозного сознания, рационализации догматов веры для преодоления разрыва религии и "мирской" культуры (К. Барт, Д. Бонхеффер, А. Мень).

Во второй половине XX в. начались *собственно психологические исследования религиозной веры* как характеристики становления личности, связанной с переживаниями, самоутверждением, поступками, мировосприятием человека (Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Э. Фромм, Д.М. Угринович). Базисом для указанных российских авторов во многом служили работы М.М. Бахтина, М. Бубера, Т.П. Скрипкиной, уделявших особое внимание вере как коммуникационному феномену доверия к другому человеку и миру в целом.

Не менее важной является и *гносеологическая традиция исследования* на основе разведения религиозной и нерелигиозной типов веры, что позволяет исследовать феномен веры в познавательном процессе. Это направление представлено работами многих авторов, от Э. Гуссерля и Б. Рассела до В.А. Лекторского и П.С. Гуревича.

В отечественной психологической науке понятие веры встречается редко, в современных источниках по общей и социальной психологии отсутствует универсальная дефиниция, при этом широко используются более изученные конструкты: доверие, убеждение, убежденность.

Стремясь отнести веру к определённому кругу психологических феноменов, отечественный психолог К.К.Платонов определяет ее как особое чувство, механизм работы которого приводит к созданию иллюзии познания и провоцирует отношение индивида к продукту этого творчества как к реальному.

В рамках теории познавательных процессов вера стала рассматриваться как «принятие какого-либо знания без непосредственных эмпирических и рациональных обоснований».

Труды П.Соколова проливают свет на вопрос *отношения веры к воле и сознанию*: «если воля не в состоянии непосредственно управлять нашей верой, то вера, наоборот, несомненно управляет волей». [П.Соколов, 1902].

П.Соколов подчеркивал возникновение веры на фундаменте когнитивной структуры и ценностей индивида: «вера возникает на почве наших восприятий, представлений и идей, и удовлетворяет не только практическим запросам, но и теоретическим интересам познания... если все, что внушает нам веру, мы представляем и мыслим, то не все, что мы представляем и мыслим, внушает нам веру».

Современный богослов Станислав Вшолек считает, что разум предваряет веру, а вера есть «свободный акт воли, составляющий ответ на рациональные основания» [Вшолек С., 2005].

Французский ученый Энжель Паскаль считает, что вера не относится ни к полностью сознательным, ни к бессознательным феноменам: «нужно также пересмотреть нашу обычную концепцию свободы применительно к вере. Она не соответствует свободе воли или свободной воле, практический разум отличается от теоретического» [Pascal E., 2005].

И.И Булычев отмечает способность веры и воли существовать в виде доминанты. Определяя волю как способность субъекта к созданию доминанты в мышлении и действии, к атрибутам воли автор относит веру и власть [Булычев И.И. , 2000].

По мнению Д.М.Угриновича, основным механизмом веры является *воображение* или "вчувствование в воображаемое": воображение вбирает в себя ощущения, но опирается на их смысловой момент при создании наглядных образов [Дудецкий А.Я., Лустина Е.А., 1997].

Вера как продукт внушения рассматривается в верификационной теории внушения А.М.Свядоща. Предметом веры становится та информация, которая бессознательно определяется как значимая и достоверная. Механизм объясняет французский психолог Фабрис Клеман на основе теории когнитивных фильтров. Значимость и достоверность являются критериями когнитивного фильтра, чтобы подвергнуться фильтрации, информация не должна быть осознана, поскольку сам фильтр заменяет собой сознание тогда, когда оно занято другой работой, фильтр существует для автоматического бессознательного анализа входящего стимула, информации. Предметом веры становится объект, который успешно прошел когнитивный фильтр, но не вошел в сознание [Clément F., 1998]. По Ф.Клеману, легкоеверие является следствием особенностей работы когнитивного фильтра, а суггестивность – следствием особого состояния сознания.

Д.В.Ольшанский объясняет феномен *веры как особое состояние*, готовность и подверженность внушению, заражению, влиянию: «Это базовый элемент структуры восприятия и усвоения суггестивных воздействий и одновременно результат таких воздействий» [Ольшанский Д.В., 2002].

Ч.Пирс объясняет *веру через сомнение*. Сомнение является состоянием дискомфортным, поэтому индивид испытывает потребность достичь противоположного состояния, верования [Пирс Ч.С., 1996].

Эрих Фромм предлагает понимание *веры рациональной и веры иррациональной*. «Иррациональная вера представляет собой фанатичную убежденность, коренящуюся в подчинении чьему-то авторитету. Рациональная же вера, напротив, представляет собой твердую убежденность, основанную на плодотворной интеллектуальной и эмоциональной деятельности» [Фромм Э., 2006].

С.Московичи писал: «Для толпы вера является тем, чем атомная энергия — для материи: наиболее значительной и едва ли не самой ужасающей силой, которой мог бы располагать человек. ..Тот, кто владеет верой, обладает возможностью превратить множество скептически настроенных людей в массу убежденных индивидов... легко управляемых» [Московичи С., 1996].

Р.М.Грановская *отделяет религиозную веру от обыденной*, считая ядром последней состояние неопределенности. Вера в ее понимании является особым психическим состоянием, которое возникает при недостатке информации, характеризуется особой активностью и мобилизацией ресурсов, что проявляется в деятельности и в интеграции личности. Убеждение, с ее точки зрения, является результатом акта веры: «убеждение – это знание, соединенное с верой в него» [Грановская Р.М., 2004].

Неопределённость как платформа для веры связана с верой в будущее, что позволяет говорить о связи веры с антиципацией и копинг-стратегиями или совладанием с трудными жизненными ситуациями.

К.Н. Василевская выделила признаки «трудности» ситуаций: нехватка времени, неожиданность возникновения ситуации; дефицит информации, непредсказуемость, неоднозначность; ощущение смыслоутраты (экзистенциальный критерий). Автор отмечает, что отличительные особенности трудных жизненных ситуаций можно описать только комплексным взаимодействием указанных факторов.

Изучая проблему с позиций социальной психологии, Е.А. Петрова утверждает, что «любая трудная жизненная ситуация характеризуется рядом

феноменологических показателей: 1) возникает новая система требований к субъекту, выходящая за рамки текущей социализации; необходимость его адаптации к ситуации, к ситуативной ресоциализации; 2) неадекватными оказываются алгоритмы привычного социального поведения; 3) нарушается текущая деятельность: трудовая, учебная, 4) размыкается круг привычного общения, 5) оказывается стрессовое воздействие на организм и психику в целом. Все это оказывает серьезнейшее влияние на личности человека, оказавшегося в трудной жизненной ситуации» [Петрова Е.А., 2003].

М.Беннингфилд обращает внимание на то, что в последнее время специалисты в области психического здоровья все больше внимания уделяют вопросам религии и духовности пациента [Benningfield Milo F., 1997].

В авраамических религиях (иудаизм, христианство и ислам) существуют *три главных принципа поведения: молитва* как формирование человеком установки на принятие любых исходящих от высшей силы действий как добра; *жертвенность* как стремление относиться к другим с той же степенью добра, что и Бог; *разумное самоограничение в духовной, психической и физической сферах* [Трифонов Е.В., 2015].

Соответственно, утверждает А.Рудник, религия имеет несколько ценностных измерений и может рассматриваться как действующая по типу когнитивной терапии в рамках стратегии *позитивной переоценки ситуации*, выделенной Р. Лазарусом [Rudnick Abraham, 1997; Муздыбаев К., 1998].

Стоит отметить, что существуют данные об опасности данной стратегии: несмотря на уменьшение дистресса, происходит отвлечение внимания от решения конкретных практических проблем. Также указывается на неподтвержденный характер теории Кендлера о «буферной» роли религиозности против стрессовых жизненных событий [Муздыбаев К., 1998].

По мнению Б.Трэпплера и Д. Эндикотта, изучавших гомогенные группы сторонников религиозной секты и ортодоксальных иудаистов, способность субъектов интернализировать религию и эффективно использовать её в

качестве источника социальной и эмоциональной поддержки определяется, скорее, факторами среды, игравшими роль ещё до обращения испытуемых к религии [Trappler B., Endicott J., 1997].

Обобщая приведенные данные, можно сказать, что:

- а) феномен веры социально психологический по своей природе;
- б) формирование веры идет в рамках процесса социализации, в частности, в виде когнитивного аспекта доверия в общении;
- в) в результате социализации у субъекта складывается круг ценностей, которые участвуют в т.н. когнитивном фильтре. Тот, в свою очередь, играет существенную роль в формировании верований.

Предмет верования значительно отличается как в разных конфессиональных группах, так и среди последователей одной религии. Можно выделить такие сущностные характеристики: предмет верования представляет собой идею, абстрактную систему этических императивов; предмет веры выступает ценностью; выражаемый и воспринимаемый в *символе*, предмет веры существует как жестко заданный смысл символа, при достаточно гибком образном воплощении.

Когнитивный компонент структуры феномена веры это ожидания личности, возникающие как результат приобретения верования и согласованные с социальным опытом индивида.

Аффективный компонент веры включает в себя все эмоции, переживаемые как в социальной коммуникации, так и внутриличностно в связи с принятием на себя этических императивов, заключенных в вере.

Установочный компонент играет роль в определении практической направленности личности, определяет мышление и поведение, делают их неконфликтными и не противоречащим верованию.

Компонент самопредставления предполагает, что верования, особенно религиозные, сильно меняют Образ Я и самооценку в силу изменения такой «точки отсчета» как Я-идеальное.

Во втором параграфе главы I «*Психологические концепции саморегуляции поведения*» рассмотрены основные концепции саморегуляции в психологической литературе.

Предметом психологии саморегуляции являются те интегративные процессы и психические явления, при помощи которых обеспечивается самоорганизация различных видов психической активности личности, а также ее целостность и индивидуальность [Моросанова В.И. Аронова Е.А., 2007].

Существует две основные формы проявления саморегуляции. *Произвольная* или *осознаваемая* саморегуляция проявляется в целевой деятельности, а *непроизвольная* или *неосознаваемая* напрямую связана с жизнеобеспечением; основанием для ее осуществления в организме являются эволюционно сложившиеся нормы высшей нервной деятельности (инстинкты и безусловные рефлексы).

Саморегуляцию произвольной активности человека определяют как системно организованный психический процесс по инициации, построению, поддержанию и управлению всеми видами и формами внешней и внутренней активности, которые нацелены на достижение поставленных личностью целей [Конопкин О.А., Моросанова В.И., Степанский В.И., 2002].

Саморегуляция – это системный процесс, при помощи которого обеспечивается изменчивость, адекватная условиям, а также пластичность жизнедеятельности, свойственная каждому субъекту на любом возрастном этапе.

Собственно *психологический аспект саморегуляции* по-разному трактуется авторами, занимающимся данным вопросом [Николаева В.В., 1991]:

– для успешного выполнения той или иной деятельности необходима психическая активность; ее поддержание невозможно без должного уровня развития саморегуляции [Абульханова-Славская К.А., 1977];

– в саморегуляции выделяют два основных уровня: операционально-технический и мотивационный [Зейгарник Б.В. и др. 1989]; первый уровень

связан с сознательной организацией действий, которая осуществляется при помощи средств оптимизации; на втором уровне происходит организация общей направленности деятельности с помощью управления мотивационно-потребностной сферой;

– организованность и последовательность действий субъекта зависит от операционально-технического уровня регуляции [Конопкин О.А., 2011];

– сознание истинных мотивов своей деятельности, а также управление потребностями требует высокого уровня развития личностно-мотивационного уровня [Братусь Б.С., 1988; Василюк Ф.Е., 1984; Зейгарник Б.В., 1981].

Рассматривая более подробно *личностный уровень саморегуляции*, можно выделить две формы, первая из которых проявляется в виде волевого поведения и протекает в условиях возникновения мотивационного конфликта, а вторая форма имеет направленность на создание гармонии в мотивационной сфере, профилактику и снятие конфликтов до их осознания на основе сознательного перестроения и порождения новых смыслов [Асмолов А.Г., Братусь Б.С. и др. 1979].

В т.н. «трудных» ситуациях наибольшую эффективность имеет вторая форма, позволяющая снизить энергозатраты на переживание [Василюк Ф.Е., 1984].

В личностно-мотивационном уровне саморегуляции также можно выделить основные механизмы, проявляющиеся в обеих формах его существования. К ним относятся рефлексия и смысловое связывание [Николаева В.В. и др., 1995]. При помощи рефлексии человек может взглянуть на себя с объективной точки зрения, провести анализ и сопоставление различных жизненных ситуаций и событий. В отличие от психологической защиты, которая является неосознаваемой формой саморегуляции, рефлексия дает личности возможность саморазвиваться. Основная задача смыслового связывания – формировать новые смыслы деятельности через сопряжение

прежде нейтральных форм поведения с имеющимися смысловыми образованиями личности.

Осницкий А.К. разделяет саморегуляцию на личностную и деятельностьную. В его понимании личностная саморегуляция придает любой деятельности определенный смысл. Деятельностная саморегуляция отвечает за предметные преобразования, а также преобразования усилий, прилагаемых при выполнении действия [Осницкий А.К., 1996].

Интегрируя сказанное, можно сделать вывод о том, что саморегуляция представляет собой особую форму внутренней активности, действие которой направлено на сохранение гармонии и самоидентичности внутри личности, необходимых для успешной самоактуализации.

По мнению О.А. Конопкина, к исследованию регуляции следует подходить целостно, не исключая анализа индивидуальных особенностей происходящих процессов [Конопкин О.А., 1995]. При этом анализу должны подлежать как отдельные процессы (звенья), так и контур регуляции поведения в целом.

Некоторые авторы пролагают, что существует прямая взаимосвязь между индивидуальными особенностями саморегуляции и определенными комплексами личностных качеств, проявление которых ярко видно во время осуществления конкретной деятельности. Поэтому рассматривая саморегуляцию с субъектной позиции, можно определить ее как систему действий, направленных на достижение полезного результата (удовлетворения текущей потребности личности) в текущей деятельности [Прыгин Г.С., 2005].

Г.С.Прыгин выделил два типа функционирования контура саморегуляции: «автономный» и «зависимый». У «автономных» личностей степень детализации внутренней модели значимой деятельности будет несколько выше, чем у «зависимых». У них будет наблюдаться более высокая согласованность программы исполнительных действий, а также большая точность соотнесения критериев успешности и информации о достигнутых

результатах. Основной акцент в делении типов делается на предпочтении субъектом внутренней, ценностной или внешней социальной стимуляции.

Наиболее полно проблема саморегуляции как мета-деятельности рассмотрена в структурно-функциональном подходе, соотносящим внутреннюю активность и взаимодействие с окружающей средой [Конопкин О.А., Моросанова В.И., 1989].

С точки зрения некоторых авторов регуляторная основа деятельности требует создания направляющей модели, способной предвосхищать и программировать последующие результаты, используя при этом многоуровневый аппарат корректирования [Юркевич В.С., 1973].

В.И. Моросанова считает правильным выделять в индивидуальном стиле саморегуляции системообразующую, инструментальную и компенсирующую функции. Первая из них связана со смысловым увязыванием личности воедино, вторая – с реализацией решения конкретных задач, а третья призвана преодолевать недостатки телесных и когнитивных возможностей субъекта в регуляции своих действий [Моросанова В.И., Аронова Е.А., 2008]. Все вышеперечисленные функции непосредственно связаны между собой, кроме того они могут проявляться как последовательно, так и параллельно.

Таким образом, при многообразии используемых авторами терминов, иерархия явлений, составляющих саморегуляцию, видится включающей в себя такие компоненты, как: активность субъекта; вектор активности (потребности и мотивы); способность к образованию новых смыслов; способность к выделению и контролю необходимых операций; гибкое переключение между моделями деятельности при невозможности осуществить ту или иную операцию.

Выводы по первой главе:

- 1) Основное направление анализа религиозной веры, прослеживаемое от античной философии до современных социально-психологических исследований, представляется собой противопоставление веры как

неосознаваемого (интуитивного, проистекающего из воображения и т.д.) и рационального научных способов познания. Вера, как психическое образование, наиболее активна в трудных жизненных обстоятельствах и родственных им ситуациях неопределенности. В указанных типах обстоятельств, с одной стороны, высока ценность переживаемого для субъекта, с другой – сознательная переработка информации не дает нужного эффекта. Этот «зазор» в познании и приводит к формированию верований разного уровня обобщения, вплоть до религиозной веры.

- 2) Религиозность субъекта, согласно имеющимся литературным данным, не играет роль однозначного «буфера» между стрессогенными ситуациями и смысловой сферой личности, а, скорее, является признаком определенного вектора в мотивации и социализации. Возможно рассмотрение религиозности как вынесенной вовне «снятой формы» саморегуляции.
- 3) Саморегуляция как психическое образование в понимании разных авторов содержит активность субъекта, его потребностно-мотивационную сферу (включая смыслообразование), способности к операциональному контролю и замене операций в случаях затруднений в осуществлении деятельности.

Глава II данной работы посвящена описанию этапов и общей процедуры исследования, а также методов эмпирического исследования саморегуляции поведения у лиц с разным уровнем религиозности, в том числе критериев, использованных при статистико-математической обработке данных.

В первом параграфе главы II *«Организация эмпирического исследования и этапы работы»* рассмотрены два основных этапа работы.

На первом этапе было произведено психологическое обследование 58 респондентов, средний возраст которых составил $30,7 \pm 10,1$. Все испытуемые

имели образование не ниже среднего специального. На втором этапе исследования полученные данные эмпирического исследования были статистически обработаны, проанализированы и обсуждены.

Во втором параграфе главы II *«Характеристика методов исследования»* описана процедура и методы исследования.

Цель, гипотеза и задачи исследования определили построение программы и выбор методов эмпирического изучения особенностей саморегуляции людей с разной степенью религиозности и предпочитаемой религией. В связи с этим в данном исследовании были использованы следующие восемь методик.

1. Прямая оценка степени религиозности. Респондентам предлагается ответить на вопрос о том, относят ли они себя к одной из традиционных религий?

Возможные ответы были переведены в порядковую шкалу в соответствии со следующим ключом: 1 – нет; 2 – да, но не соблюдаю религиозных ритуалов (например: пост, молитва перед едой и т.д.) повседневно; 3 – да, и соблюдаю ритуалы повседневно.

2. Визуальная шкала оценки степени религиозности.

Уровень религиозности также оценивался путем отметки на шкале, приведенной ниже, при этом инструкция гласила, что самая левая отметка – «вообще не религиозен», самая правая (до стрелки) «вера – главная ценность моей жизни».



Рисунок 1. Визуальная шкала оценки степени религиозности.

3. Опросник на выявление уровня созависимости О.Ю. Никоновой содержит 13 утверждений, оцениваемых по шкале от 1 до 5 баллов. При этом 1 балл означает ответ «никогда», 2 – «редко», 3 – «иногда», 4 – «часто», 5 – «очень часто». Нормы по тесту, опубликованные автором: 13-23 – очень мало

созависимых моделей поведения; 24-44 – средняя степень созависимых моделей; 45-65 – высокая степень созависимых моделей.

4. Методика «Психологическое время личности» разработана Л.А. Регуш, и состоит из трех 7-балльных шкал, на каждой из которых по 2 полюса, отражающих предпочтение одного из времен (прошлого, настоящего или будущего).

Цель методики: оценить представленность того или иного компонента временной перспективы в субъективном сознании.

Инструкция включает постановку отметки на каждой из трех шкал в зависимости от предпочтения испытуемых одного из предлагаемых в паре времен.

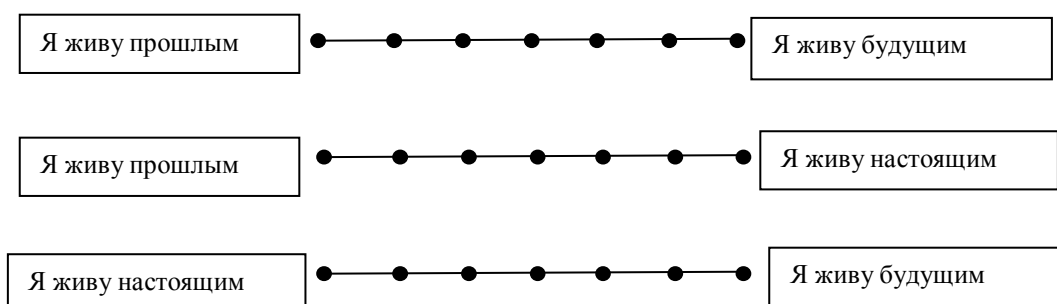


Рисунок 2. Стимульный материал к методике «Психологическое время личности»

Интерпретация предполагает, что за каждую отметку на оси начисляется балл за оба времени (т.е. шкала рассматривается как двойная реверсивная семибалльная), баллы по временным модальностям суммируются. Минимально может получиться 2 балла за каждое из времен (настоящее, прошлое или будущее), максимально – 14.

5. Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур. Данная методика предназначена для выявления индивидуально-типологических различий в когнитивной дифференциации Образа Я. Инструкция состоит в просьбе нарисовать фигуру человека, составленную из 10 элементов, среди которых могут быть треугольники, круги, квадраты.

Обработка данных: за каждый использованный треугольник начисляется 3 балла, за круг – 2 балла, за квадрат – 1 балл. Подсчитывается общая сумма. При этом автор указывает на широту возможного разброса данных в зависимости от социокультурных и возрастных параметров выборки.

6. Методика «Диагностика стилевых особенностей постановки и достижения цели» (ССПМ, автор – В.И. Моросанова [1998]). Цель методики – диагностика развития индивидуальной саморегуляции и ее индивидуального профиля, включающего показатели планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также показатели развития регуляторно-личностных свойств – гибкости и самостоятельности.

Опросник ССП-98 состоит из 46 утверждений и работает как единая шкала "*Общий уровень саморегуляции*", которая характеризует уровень сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности человека. Испытуемые с высокими показателями общего уровня саморегуляции самостоятельны, гибко и адекватно реагируют на изменение условий, выдвижение и достижение цели у них в значительной степени осознанно.

При высокой мотивации достижения они способны формировать такой стиль саморегуляции, который позволяет компенсировать влияние личностных, характерологических особенностей, препятствующих достижению цели. Чем выше общий уровень осознанной регуляции, тем легче человек овладевает новыми видами активности, увереннее чувствует себя в незнакомых ситуациях, тем стабильнее его успехи в привычных видах деятельности.

У испытуемых с низкими показателями по данной шкале потребность в осознанном планировании и программировании своего поведения не сформирована, они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей. У таких испытуемых снижена возможность компенсации неблагоприятных для достижения поставленной цели личностных особенностей, по сравнению с испытуемыми с высоким уровнем регуляции. Соответственно, успешность

овладения новыми видами деятельности в большой степени зависит от соответствия стилевых особенностей регуляции и требований осваиваемого вида активности.

Утверждения опросника входят в состав шести шкал (по 9 утверждений в каждой), выделенных в соответствии с основными регуляторами процесса планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также и регуляторно-личностными свойствами: гибкости и самостоятельности. Структура опросника такова, что ряд утверждений входят в состав сразу двух шкал. Это относится к тем утверждениям опросника, которые характеризуют как регуляторный процесс, так и регуляторно-личностное качество.

Шкала *«Планирование»* характеризует индивидуальные особенности выдвижения и удержания целей, сформированность у человека осознанного планирования деятельности.

Высокие показатели по этой шкале указывают на сформированность потребности в осознанном планировании деятельности, планы в этом случае реалистичны, детализированы, иерархичны и устойчивы, цели деятельности выдвигаются самостоятельно.

У испытуемых с низкими показателями по этой шкале потребность в планировании развита слабо, цели подвержены частой смене, поставленная цель редко бывает достигнута, планирование малореалистично. Такие испытуемые предпочитают не задумываться о своем будущем, цели выдвигают ситуативно и обычно несамостоятельно.

Шкала *«Моделирование»* позволяет диагностировать индивидуальную развитость представлений о внешних и внутренних значимых условиях, степень их осознанности, детализированности и адекватности.

Испытуемые с высокими показателями по этой шкале способны выделять значимые условия достижения целей как в текущей ситуации, так и в перспективном будущем, что проявляется в соответствии программ действий планам деятельности, соответствии получаемых результатов принятым целям.

У испытуемых с низкими показателями по шкале слабая сформированность процессов моделирования приводит к неадекватной оценке значимых внутренних условий и внешних обстоятельств, что проявляется в фантазировании, которое может сопровождаться резкими перепадами отношения к развитию ситуации, последствиям своих действий. У таких испытуемых часто возникают трудности в определении цели и программы действий, адекватных текущей ситуации, они не всегда замечают изменение ситуации, что также часто приводит к неудачам.

Шкала *«Программирование»* диагностирует индивидуальную развитость осознанного программирования человеком своих действий.

Высокие показатели по этой шкале говорят о сформировавшейся у человека потребности продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, о детализированности и развернутости разрабатываемых программ. Программы разрабатываются самостоятельно, они гибко изменяются в новых обстоятельствах и устойчивы в ситуации помех. При несоответствии полученных результатов целям производится коррекция программы действий до получения приемлемого для человека результата.

Низкие показатели по шкале программирования говорят о неумении и нежелании человека продумывать последовательность своих действий. Такие люди предпочитают действовать импульсивно, они не могут самостоятельно сформировать программу действий, часто сталкиваются с неадекватностью полученных результатов целям деятельности и при этом не вносят изменений в программу действий, действуют путем проб и ошибок.

Шкала *«Оценивание результатов»* характеризует индивидуальную развитость и адекватность оценки испытуемым себя и результатов своей деятельности и поведения.

Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о развитости и адекватности самооценки, сформированности и устойчивости субъективных критериев оценки результатов. Человек адекватно оценивает как сам факт

рассогласования полученных результатов с целью деятельности, так и приведшие к нему причины, гибко адаптируясь к изменению условий.

При низких показателях по этой шкале испытуемый не замечает своих ошибок, не критичен к своим действиям. Субъективные критерии успешности недостаточно устойчивы, что ведет к резкому ухудшению качества результатов при увеличении объема работы, ухудшении состояния или возникновении внешних трудностей.

Шкала «Гибкость» диагностирует уровень сформированности регуляторной гибкости, то есть способности перестраивать, вносить коррективы в систему саморегуляции при изменении внешних и внутренних условий.

Испытуемые с высокими показателями по шкале гибкости демонстрируют пластичность всех регуляторных процессов. При возникновении непредвиденных обстоятельств такие испытуемые легко перестраивают планы и программы исполнительских действий и поведения, способны быстро оценить изменение значимых условий и перестроить программу действий. При возникновении рассогласования полученных результатов с принятой целью своевременно оценивают сам факт рассогласования и вносят соответствующую коррекцию. Гибкость регуляторики позволяет адекватно реагировать на быстрое изменение событий и успешно решать поставленную задачу в ситуации риска.

Испытуемые с низкими показателями по шкале гибкости в динамичной, быстро меняющейся обстановке чувствуют себя неуверенно, с трудом привыкают к переменам в жизни, к смене обстановки и образа жизни. Они не способны адекватно реагировать на ситуацию, быстро и своевременно планировать деятельность и поведение, разработать программу действий, выделить значимые условия, оценить рассогласование полученных результатов с целью деятельности и внести коррекцию. В результате у таких испытуемых неизбежно возникают регуляторные сбои и, как следствие, неудачи в выполнении деятельности.

Шкала «Самостоятельность» характеризует развитость регуляторной автономности.

Наличие высоких показателей по шкале самостоятельности свидетельствует об автономности в организации активности человека, его способности самостоятельно планировать деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать как промежуточные, так и конечные результаты деятельности.

Испытуемые с низкими показателями по шкале самостоятельности зависимы от мнений и оценок окружающих. Планы и программы действий разрабатываются несамостоятельно, такие люди часто и некритично следуют чужим советам. При отсутствии посторонней помощи у них неизбежно возникают регуляторные сбои.

7. Шкала Танатической Тревоги (DAS). Шкала содержит 15 утверждений и позволяет дифференцированно исследовать особенности проявления танатической тревоги.

Кроме общего показателя (DA), методика позволяет оценить 4 фактора переживания танатической тревоги: когнитивно-аффективную озабоченность смертью, озабоченность физическими изменениями, осознание течения времени, озабоченность болью и стрессом. Ответы на каждый вопрос фиксируют степень согласия испытуемого с проявлением танатологического проявления «совершенно верно» = 4; «скорее, да» = 3; «и да, и нет» = 2; «скорее нет» = 1; «совершенно неверно» = 0. Таким образом, максимальное количество баллов по данной шкале – 60, а минимальное – 0 баллов.

8. Тест на эмоциональный интеллект Н.Холла показывает, как используются эмоции в жизни человека, и учитывает разные стороны эмоционального интеллекта: отношение к себе и к другим, способности к общению; отношение к жизни и поиски гармонии. Методика состоит из 5 шкал:

1. *Эмоциональная осведомленность* – это осознание и понимание своих эмоций, а для этого постоянное пополнение собственного словаря эмоций. Люди с высокой эмоциональной осведомленностью в большей мере, чем другие осведомлены о своем внутреннем состоянии.

2. *Управление своими эмоциями* – это эмоциональная отходчивость, эмоциональная гибкость и т.д., другими словами, произвольное управление своими эмоциями.

3. *Самотивация* – управление своим поведением, за счет управления эмоциями.

4. *Эмпатия* – это понимание эмоций других людей, умение сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека, а так же готовность оказать поддержку. Это умение понять состояние человека по мимике, жестам, оттенкам речи, позе.

5. *Распознавание эмоций других людей* – умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей.

По каждой шкале высчитывается сумма баллов с учетом знака ответа (+ или -). Чем больше плюсовая сумма баллов, тем больше выражено данное эмоциональное проявление.

Уровни парциального эмоционального интеллекта в соответствии со знаком результатов: 14 баллов и более – высокий; 8-13 баллов – средний; 7 баллов и менее – низкий.

Интегративный уровень эмоционального интеллекта с учетом доминирующего знака определяется по следующим количественным показателям: 70 и более – высокий; 40-69 – средний; 39 и менее – низкий.

В третьем параграфе главы II *«Математические методы и модели в исследовании особенностей саморегуляции лиц с разным уровнем религиозности»* подробно описаны методы математической обработки данных.

Глава III «Обсуждение результатов исследования саморегуляции у лиц с разным уровнем религиозности» содержит анализ, обсуждение и интерпретацию полученных в эмпирическом исследовании результатов.

В результате частотного анализа было выявлено (рисунок 3), что чаще всего у мужчин (65%) и женщин (70%) встречается религиозность без повседневного соблюдения религиозных ритуалов. Обнаружена большая доля атеистов среди мужчин (24%) по сравнению с женщинами (15%). При этом у женщин чаще наблюдается религиозность с повседневным соблюдением ритуалов (15% против 11% у мужчин). Однако уровня статистической достоверности данные различия не достигают, что говорит о достаточной однородности данной выборки.

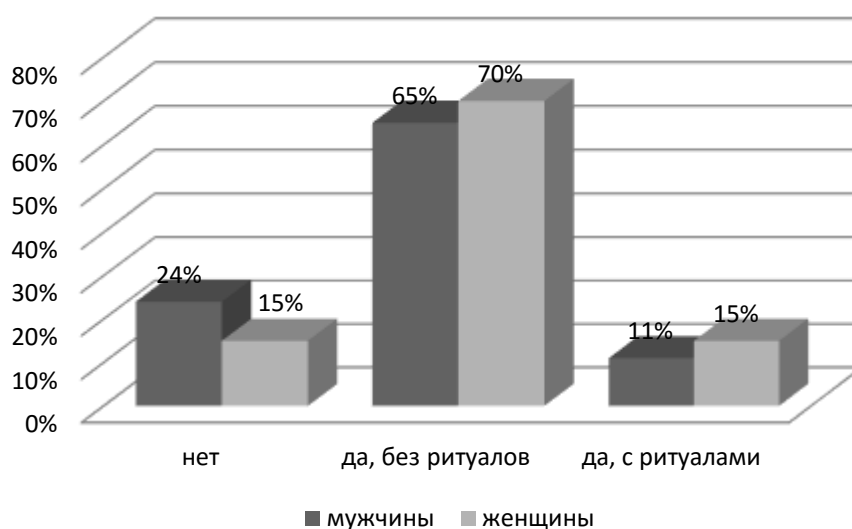


Рисунок 3. Частотный анализ наличия религиозности у мужчин и женщин

При сопоставлении самооценок уровня религиозности в вербальной и визуальной форме выявлена достаточно высокая степень согласованности (рисунок 4). Кроме того, показано, что даже при вербальном ответе об отсутствии веры женщины демонстрируют скорее среднюю выраженность религиозных представлений (2.8 по 7-балльной шкале), в то время как у мужчин оценка лишь незначительно превышает минимальный 1 балл.

Таким образом, выборку можно считать близкой к нормальному распределению, что позволяет говорить о большей достоверности анализируемых данных.

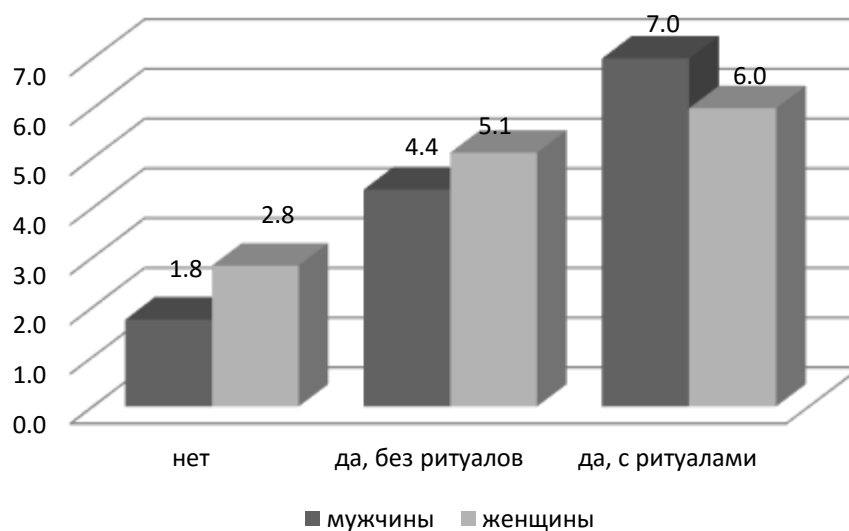


Рисунок 4. Показатели уровня религиозности по визуальной шкале в группах мужчин и женщин, давших разные вербальные оценки своей религиозности.

По уровню созависимости (опросник О.Ю. Никоновой) у респондентов с разным уровнем религиозности (таблица 1), наблюдается средняя степень созависимых моделей поведения. Однако у респондентов, которые проявляют религиозность, но при этом не практикуют ритуалы, наблюдается меньше всего созависимых моделей поведения ($25,9 \pm 6,1$), а больше всего созависимых моделей поведения наблюдается у респондентов, которые проявляют религиозность и практикуют ритуалы ($29,3 \pm 5,9$).

Эти различия не достигают уровня значимости, оставаясь тенденцией ($p=0.08$), поэтому целесообразным представляется анализ созависимости с делением по признаку пола.

Показано, что закономерность наименьшего проявления созависимости у второй группы (религиозность без ритуалов) при делении выборки по полу сохраняется, а больше всего созависимых моделей поведения у мужчин,

которые проявляют религиозность и практикуют ритуалы ($32 \pm 1,4$). Данные различия также остаются на уровне тенденции ($p=0.06$).

Таблица 1. Среднегрупповые показатели созависимости у респондентов с разным уровнем религиозности, $\bar{x} \pm \sigma$

Уровень религиозности	Созависимость	
	не религиозные	\bar{x}
σ		7,5
религиозные, без ритуалов	\bar{x}	25,9
	σ	6,1
религиозные с ритуалами	\bar{x}	29,3
	σ	5,9

При рассмотрении *временной перспективы* у респондентов (рисунок 5), показано, что во всех исследуемых группах доминирующей модальностью является настоящее ($9,9 \pm 3,1$; $10,6 \pm 2,2$; $10,9 \pm 2,1$), а игнорируемой – прошлое ($5,5 \pm 2,3$; $5 \pm 2,1$; $5,9 \pm 1,9$).

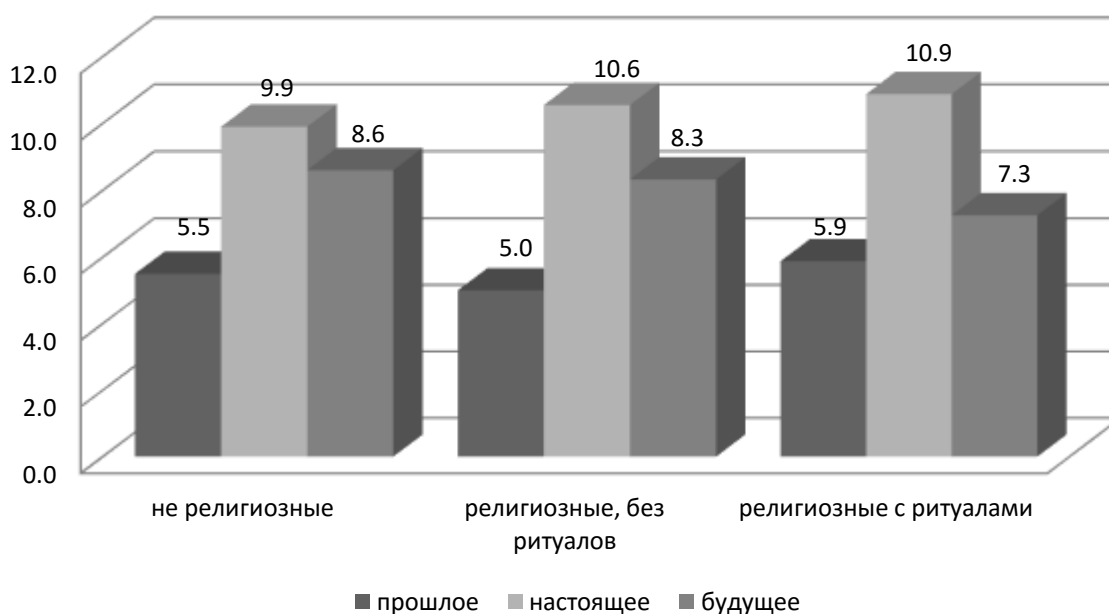


Рисунок 5. Среднегрупповые показатели доминирования психологического времени у респондентов с разным уровнем религиозности

Такая картина характерна для лиц зрелого возраста по данным Ж.Нюттена [2004]. Однако стоит заметить, что направленность на будущее у

респондентов снижается с повышением уровня религиозности, а сосредоточенность на настоящем – растет. Модальность прошлого демонстрирует параболическую зависимость, с наименьшим уровнем у умеренно религиозных лиц.

При этом у мужчин (при отдельном рассмотрении выборок по полу) предпочтение прошлого подчиняется той же закономерности, а в отношении настоящего и будущего направление изменений «переворачивается»: направленность на будущее с ростом религиозности растет, а на настоящее – падает.

Значимых различий между мужчинами и женщинами с разным уровнем религиозности по степени предпочтения того или иного времени выявлено не было. Но существует тенденция к преобладанию «Я в прошлом» у женщин верующих и исполняющих каждодневные ритуалы ($p=0,16$), так и не исполняющих ($p=0,17$), в сравнении с мужчинами.

Уровень когнитивной дифференциации Я-образа респондентов с разным уровнем религиозности изучался с использованием конструктивного рисунка человека из геометрических фигур (результаты приведены на рисунке 6).

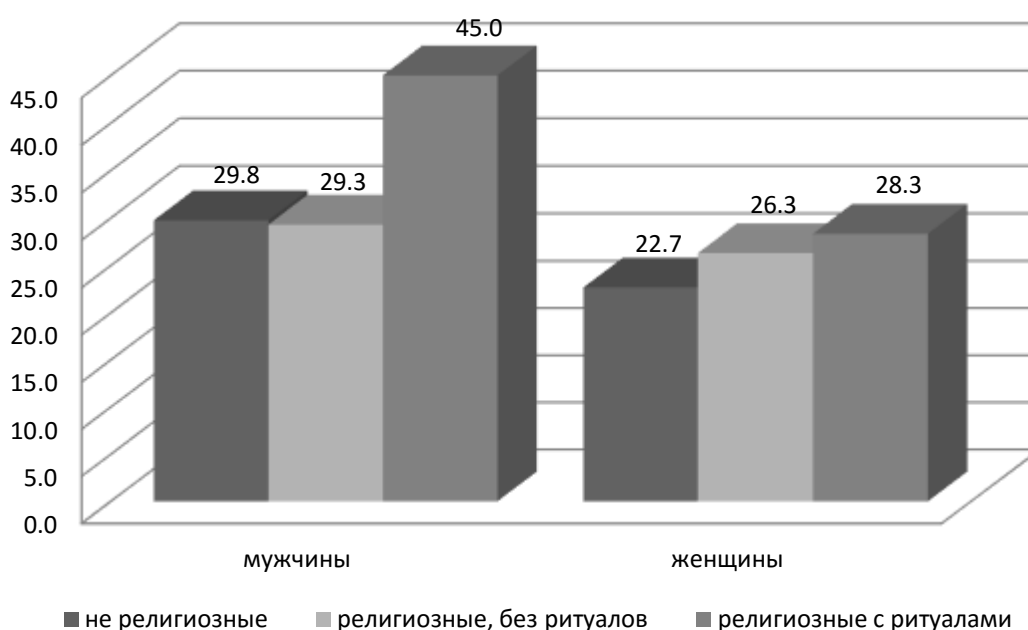


Рисунок 6. Итоговый балл по методике «Конструктивный рисунок человека» у мужчин и женщин с разным уровнем религиозности

Из рисунка 6 видно, что у высоко религиозных мужчин детализация Я-образа резко выше, чем при отсутствии веры или средней религиозности (различия между этими двумя подгруппами практически отсутствуют). В это же время у женщин детализация «Я» растет по мере повышения религиозности, не достигая, впрочем, показателей мужчин. Данные различия, оцененные при помощи критерия Стьюдента, значимы ($t=2,5$ при $p=0,043$).

При анализе параметров саморегуляции (опросник В.И. Моросановой) выявлено (таблица 2), что уровень планирования ($6,3\pm 1,7$), самостоятельности ($7\pm 1,8$) и общего балла саморегуляции ($31,8\pm 4,6$) выше у неверующих респондентов.

Уровень моделирования ($6,8\pm 1,8$) и оценивания результатов ($6,3\pm 1,4$) выше у умеренно верующих, а значения гибкости ($7,3\pm 1,8$) больше у высоко религиозных респондентов.

Таблица 2. Среднегрупповые показатели саморегуляции у респондентов с разным уровнем религиозности, / $\bar{x}\pm\sigma$ /

Переменные	Уровень религиозности					
	Нет		Да, без ритуалов		Да, с ритуалами	
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ
Планирование	6,3	1,7	5,2	1,8	4,5	1,9
Моделирование	5,9	1,8	6,8	1,8	5,9	2,2
Программирование	5,9	1,2	5,8	1,4	5,5	2,4
Оценивание результатов	5,7	1,8	6,3	1,4	5,4	1,3
Гибкость	6,6	2,1	6,6	1,8	7,3	1,8
Самостоятельность	7,0	1,8	5,5	2,1	5,3	1,7
Общий уровень	31,8	4,6	30,6	4,9	28,8	6,2

Исходя из среднегрупповых показателей, можно сделать вывод о том, что неверующие респонденты в большей степени, чем верующие, проявляют потребность в осознанном планировании деятельности, при этом у них лучше проявляется самостоятельность, они гибко и адекватно реагируют на изменение

условий, выдвижение и достижение цели у них в значительной степени осознанно.

Умеренно верующие респонденты более остальных способны выделять значимые условия достижения целей, как в текущей ситуации, так и в перспективном будущем, а также у них наблюдается сформированность и устойчивость субъективных критериев оценки результатов.

Высокорелигиозные лица проявляют высокую пластичность всех регуляторных процессов.

Однако, если рассматривать результаты в зависимости от пола, то видно, что у неверующих мужчин в сравнении с другими группами наблюдается более высокий уровень развития только планирования (7,8 против 5.0 и 5.5 соответственно), у умеренно религиозных – несколько более выражено оценивание результатов (6,9 против 6.5 у нерелигиозных и высокорелигиозных мужчин), а у верующих и исполняющих каждодневные ритуалы, лучше всего развиты моделирование (9 против 7.3 у обеих альтернативных групп), программирование (7,5 в сравнении с 6.8 у неверующих и 6.0 у умеренно религиозных) и гибкость (8 в сопоставлении с 6.8 и 6.5 у других групп).

В группе женщин выявлено, что у неверующих женщин наблюдается более высокий уровень развития только самостоятельности (7.0 в сравнении с 5.5 у умеренно религиозных и 4.7 у глубоко верующих), у умеренно религиозных - моделирование (6,6 против 5.0 у нерелигиозных и 4.8 у религиозных с соблюдением ритуалов), программирование (5,8 в сравнении с 5.3 при отсутствии веры и 4.8 при высокой религиозности), оценивание результатов (6 сопоставительно с 5.2 и 5.0 у альтернативных групп) и общий уровень саморегуляции (30,3 сранивая с 28.8 у нерелигиозных и 26.3 у глубоко верующих), а у верующих и исполняющих каждодневные ритуалы, лучше всего развита гибкость (7 против 6.5-6.6 при других уровнях религиозности).

Проведенное сравнение между мужчинами и женщинами в эквивалентных по уровню религиозности группах показало, что среди

неверующих у мужчин значимо выше, чем у женщин уровень планирования ($t=3$ при $p=0,016$), моделирования ($t=2,4$ при $p=0,043$), программирования ($t=2,3$ при $p=0,04$) и общий уровень саморегуляции ($t=4,3$ при $p=0,003$). В группе умеренно верующих обнаружено, что у мужчин уровень оценивания результатов также значимо выше, чем у женщин ($t=2,1$ при $p=0,045$), а у глубоко верующих мужчин значимо выше, чем у женщин, уровень моделирования ($t=4,8$ при $p=0,003$), самостоятельности ($t=2,5$ при $p=0,043$) и общий уровень саморегуляции ($t=2,6$ при $p=0,042$).

Таким образом, выявлено, что уровень развития саморегуляции у мужчин выше, чем у женщин, особенно, если это касается неверующих или глубоко верующих респондентов. В группе умеренно верующих респондентов различия наблюдаются только по уровню оценивания результатов, которое указывает на то, что мужчины лучше проявляют сформированность и устойчивость субъективных критериев оценки результатов

Иными словами, с ростом уровня религиозности у женщин будет снижаться и уровень саморегуляции, а у мужчин, наоборот, с увеличением уровня религиозности, возрастают характеристики саморегуляции поведения.

При рассмотрении страха смерти (танатической тревоги), исследованного опросником DAS, показано (таблица 3), что у религиозных испытуемых, склонных исполнять каждодневные ритуалы, все показатели танатической тревоги ярче выражены, чем у остальных респондентов.

Таблица 3. Показатели уровня танатической тревоги у респондентов с разным уровнем религиозности, $\bar{x} \pm \sigma$

Переменные		Уровень религиозности					
		Нет		Да, без ритуалов		Да, с ритуалами	
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ
Озабоченность	Когнитивно-аффективная	20,9	3,9	20,0	5,0	24,1	4,4
	Физическими изменениями	4,9	1,7	6,2	4,4	7,0	2,3
	Течением времени	6,1	1,9	6,3	2,3	7,4	2,9
	Болью, стрессом	12,7	3,5	12,1	3,7	14,0	3,2
Общий показатель (DA)		44,6	7,1	44,7	10,0	52,5	10,4

К тому же. у данных респондентов уровень общего показателя танатической тревоги ($52,5 \pm 10,4$) на 15% выше, чем у остальных.

Этот, на первый взгляд удивительный факт – ведь известно, что в ситуациях кризисов (войны, смертельные заболевания и т.д.) люди часто обращаются к вере как источнику уверенности – можно интерпретировать следующим образом. В настоящее время, когда проводилось данное исследование, российское общество в целом пребывает в кризисе, но не остром, а хроническом. Соответственно, лица с высокой танатической тревогой, как осознанной, так и нет, начинают поиск «предельного основания» (так именовал веру В.Франкл). Однако, обретя веру, эти лица не обрели возможность выхода из ситуации хронического кризиса (финансового, социального и т.д.). Это и привело возможно к сочетанию высоких показателей танатической тревоги (сущностно, вероятно, являющейся одним из компонентов «личностной» тревоги по Ч. Спилбергеру) и высокой религиозности.

При разбиении выборки по полу у мужчин обнаружено, что у неверующих и высоко религиозных испытуемых уровень когнитивно-аффективной озабоченности (22,8 и 23 балла) выше, чем у умеренно религиозных мужчин (18.0), у которых более выражены, чем у остальных, озабоченность физическими изменениями (6,5 против 4.3 у нерелигиозных и 5.5 у верующих), озабоченность течением времени (5,6 в сравнении с 5.0 и 4.5 соответственно) и озабоченность болью и стрессом (10,8 сопоставляя с 9.8 и 10.5 соответственно). У религиозных мужчин, склонных исполнять каждодневные ритуалы, более выражена танатическая тревога в целом (43,5 в сравнении с 41.8 у неверующих и 41.0 у умеренно религиозных).

У высоко религиозных женщин обнаружено, что все показатели танатической тревоги ярче выражены, чем в двух других группах. Эти различия статистически значимы при $p=0.04$.

Проведенное сравнение страха смерти между мужчинами и женщинами разного уровня религиозности показало, что в группе нерелигиозных респондентов, у женщин уровень выраженности озабоченности болью и стрессом выше, чем у мужчин ($t=-3$ при $p=0,018$).

В группе умеренно религиозных респондентов у женщин уровень выраженности когнитивно-аффективной озабоченностью ($t=-2,2$ при $p=0,037$), а также общий показатель танатической тревоги ($t=-2,1$ при $p=0,047$) также выше, чем у мужчин.

В группе высоко религиозных респондентов, у женщин уровень выраженности озабоченности болью и стрессом выше, чем у мужчин ($t=-2,7$ при $p=0,037$).

Таким образом, в целом, более выраженный танатический страх наблюдается у женщин, причем особенно развита эта фобия в группе умеренно религиозных. А нерелигиозных и сильно религиозных женщин отличает от мужчин только страх телесной боли или мучительной смерти.

Рассмотрим особенности *эмоционального интеллекта* как регуляторного психического образования у лиц с разным уровнем религиозности.

Судя по среднегрупповым данным (рисунок 7), у неверующих участников исследования достаточно низкий уровень развития всех видов парциального эмоционального интеллекта (в сопоставлении с приведенными в главе 2 нормами автора теста Н.Холла).

У умеренно религиозных респондентов низкие значения наблюдаются по уровню управления своими эмоциями и уровню эмпатии, остальные показатели на среднем уровне.

У высоко религиозных лиц низкие баллы отмечаются по управлению своими эмоциями (по этой шкале группа вовсе вышла в отрицательную зону значений) и самомотивации (показатель ниже, чем у остальных участников), а в остальном уровень развития эмоционального интеллекта средний.

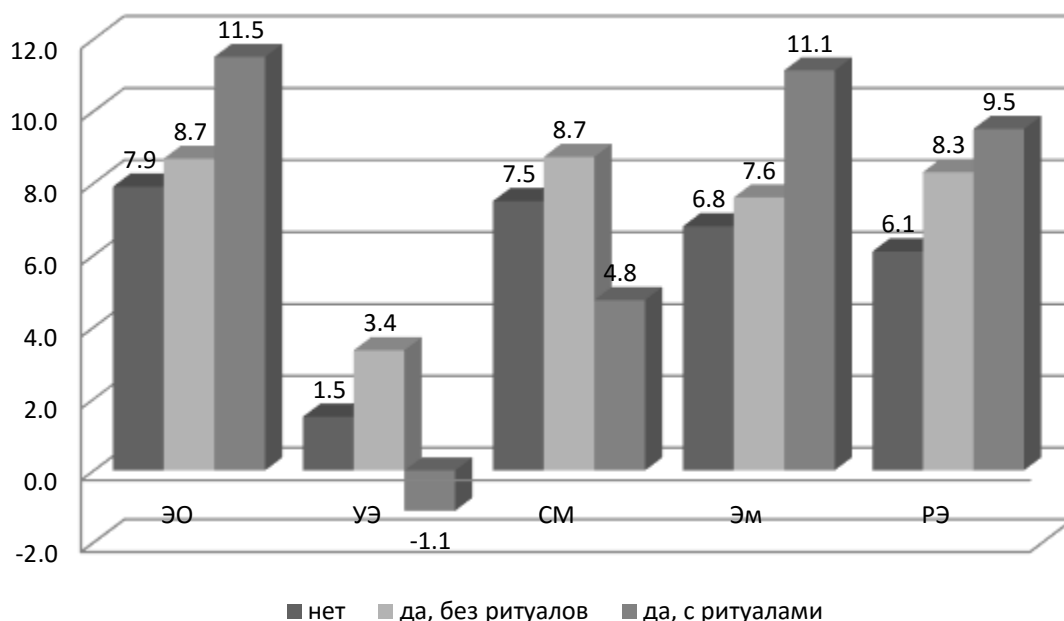


Рисунок 7. Показатели эмоционального интеллекта у респондентов с разным уровнем религиозности, $\bar{x} \pm \sigma$.

Примечание: ЭО – эмоциональная осведомленность; УЭ – управление своими эмоциями; СМ – самомотивация; ЭМ – эмпатия; РЭ – распознавание эмоций других людей.

При межполовом анализе видно, что у мужчин различия групп имеют тот же тренд, но сглажены по абсолютным величинам. Исключение составляет шкала «распознавание эмоций», по которой наибольший балл набран неверующими (10.5), наименьший (7.3) у умеренно религиозных, а верующие с исполнением ритуалов имеют промежуточное значение в 8 баллов.

В подвыборке женщин можно отметить существенно более низкий балл высоко религиозных лиц по управлению эмоциями (при последовательном рассмотрении групп от неверующих: 0,5; 2,3; и -3,8 балла) и самомотивации (при анализе в той же последовательности 5,3; 8,0 и 3,2 балла).

Нерелигиозные женщины демонстрируют резко сниженный относительно других групп уровень распознавания эмоций (3,2 балла против 8,7 и 10,0).

При этом общая конфигурация профиля эмоционального интеллекта у женщин соответствует картине полной выборки.

Проведенное сравнение между мужчинами и женщинами с разным уровнем религиозности показало, что в группе нерелигиозных респондентов у мужчин лучше развито распознавание эмоций других людей ($t=2,6$ при $p=0,0317$); в группе умеренно верующих респондентов, у мужчин значимо более высокие значения наблюдаются по степени управления своими эмоциями ($t=2,4$ при $p=0,028$). По уровню самомотивации была выявлена тенденция ($p=0,1$) к превышению значений у мужчин над женщинами.

Для создания комплексной модели особенностей саморегуляции у лиц разного пола с различающимися уровнями религиозности был проведен дискриминантный анализ.

В ходе статистической обработки исследуемых характеристик была выявлена высокая точность предсказания, которая равна 100%, также как и для мужчин в подгруппах по уровню религиозности.

В данную модель входят такие дискриминанты, как степень религиозности ($F=10,3$, $p=0,0021$), восприятие себя в настоящем ($F=5,7$, $p=0,0023$), эмоциональная осведомленность ($F=6,7$, $p=0,0004$), использование квадратов в рисунке ($F=7$, $p=0,0002$), созависимость ($F=7,6$, $p=0,0001$), самостоятельность ($F=9,6$, $p=0,00004$), эмпатия ($F=11,4$, $p=0,00002$), моделирование ($F=13,6$, $p=0,00003$), озабоченность течением времени ($F=31,6$, $p=0,00002$), оценивание результатов ($F=31,8$, $p=0,00002$).

Наибольшей дискриминативной способностью обладает показатель степень религиозности, направленность на настоящее и эмоциональная осведомленность.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод о том, что для мужчин с разным уровнем религиозности характерны следующие особенности:

- нерелигиозные мужчины: нацеленность на настоящее;
- религиозные мужчины, не исполняющие ритуалы: несамостоятельность в регуляции поведения при низком уровне созависимости, трудности в целеполагании;

– религиозные мужчины, повседневно исполняющие ритуалы: созависимость, самостоятельность в саморегуляции, развитое моделирование.

Для женщин точность предсказания также была весьма высокой, равной 98%. Для подгрупп точность предсказания составила: для неверующих 88%, для умеренно религиозных и верующих и исполняющих ритуалы – 100%.

Получена дискриминативная модель различения женщин в зависимости от их уровня религиозности.

В данную модель входят такие дискриминанты, как степень религиозности ($F=20,4$, $p<0,00001$), способность к моделированию ($F=10,7$, $p<0,00001$), озабоченность физическими изменениями ($F=8,6$, $p<0,00001$), способность к планированию ($F=7,3$, $p<0,00001$), эмоциональная осведомленность ($F=6,7$, $p<0,00001$), использование квадратов в рисунке ($F=6,2$, $p<0,00001$), самомотивация ($F=5,9$, $p<0,00001$), эмпатия ($F=5,5$, $p<0,00001$), общий балл по «Конструктивному рисунку человека» ($F=5,1$, $p<0,00001$), управление своими эмоциями ($F=4,8$, $p<0,00001$), оценивание результатов ($F=4,5$, $p<0,00001$), восприятие себя в прошлом ($F=4,3$, $p<0,00001$).

Наибольшей дискриминативной способностью обладают показатели уровня религиозности, способности к моделированию и озабоченность физическими изменениями.

Для женщин с разным уровнем религиозности характерны следующие особенности:

– нерелигиозные женщины: низкая озабоченность физическими изменениями, низкий уровень эмпатии;

– религиозные женщины, не исполняющие ритуалы: развитое планирование деятельности, высокая способность к моделированию, более развитый эмоциональный интеллект;

– религиозные женщины, повседневно исполняющие ритуалы: высокая озабоченность физическими изменениями, высокая эмпатия, при сниженных

остальных показателях эмоционального интеллекта, неразвитые планирование, моделирование и оценка достигнутых результатов (некритичность).

Основные выводы по итогам диссертационного исследования:

1. Саморегуляция как психическое образование в понимании разных авторов содержит активность субъекта, его потребностно-мотивационную сферу (включая смыслообразование), способности к операциональному контролю и замене операций в случаях затруднений в осуществлении деятельности.
2. Даже для испытуемых, вербально обозначивших себя как «неверующие», характерен (при визуализации значения религии как фактора жизнедеятельности) определенный уровень внимания к вере, достигающий у «неверующих» женщин середины оси значимости.
3. Психологический симптомокомплекс повышения эмпатии, эмоциональной осведомленности, созависимых тенденций социального поведения и танатической тревоги у высоко религиозных лиц в сочетании со сниженной способностью к управлению собственными эмоциями и самомотивации свидетельствует об использовании веры в качестве вынесенного вовне орудия саморегуляции всего поведения личности в целом: низкую отходчивость и неумение принудить себя к решению в ситуации мотивационного конфликта субъект преодолевает за счет внешнего «этического императива». Таким образом, религия как символическая форма в понимании Э.Кассирера активно присваивается личностью, а не внушается ей окружением.
4. Для мужчин и женщин с разным уровнем религиозности дискриминативной силой обладают разные параметры саморегуляции: ориентация на настоящее как временную модальность и эмоциональная осведомленность у мужчин, способность к моделированию будущей

деятельности и озабоченность смертью как физическими изменениями у женщин. В целом для женщин характерны более выраженные различия между группами по уровню религиозности. Это может трактоваться как «компенсирующая» в понимании В.И. Моросановой стратегия саморегуляции, помогающая преодолеть существующую ситуацию гендерного неравенства в трудных жизненных ситуациях.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях автора:

1. *Maslovskii S., Tsvetkov A.* Gender self-regulation peculiarities in persons with different religiosity levels// International Multidisciplinary Forum: Conference Proceedings, March 15th, 2017, Finland, Helsinki: Scientific public organization “Professional Science”, 2017 – pp. 95– 99.
2. *Масловский С.И., Цветков А.В.* Личностные и эмоциональные особенности мужчин с разным уровнем религиозности// Матрица научного познания» // Электронный научно-практический журнал. – 2017, №3.
3. *Масловский С.И., Цветков А.В.* Гендерные различия эмоционального интеллекта в зависимости от степени религиозности// «Молодежный научный вестник»// Электронный научно-практический журнал. – 2017, №3.
4. *Масловский С.И., Цветков А.В.* Особенности личности женщин с разным уровнем религиозности// «Образование и воспитание» // Международный научный журнал. – 2017, №2. – С. 125 – 127.
5. *Масловский С.И.* Гендерные особенности проявления страха смерти у лиц с разным уровнем религиозности// «Образование в современном мире: международная on-line конференция»; 14.03.2017; URL доступа <http://pedagog.eee-science.ru/listing/gendernye-osobennosti-proyavleniya-straha-smerti-u-lits-s-raznym-urovнем-religioznosti/>
6. *Масловский С.И., Цветков А.В.* Гендерные особенности саморегуляции поведения лиц с разным уровнем религиозности// «Проблемы

- современной науки и образования» // Электронный научный журнал. – 2017, №10 (92). – Стр. 109 – 11.
7. *Масловский С.И., Цветков А.В.* Личностные и эмоциональные особенности женщин с разным уровнем религиозной веры // «Universum: общественные науки» // Научный журнал, 2017, №3 (33).
 8. *Зотова Р.А., Масловский С.И., Цветков А.В.* Особенности саморегуляции у лиц с разным уровнем религиозности // «Инновационное развитие» // Международный научный журнал – Пермь: Центр социально-экономических исследований, 2017, №1. – С. 7 – 9.
 9. *Масловский С.И., Цветков А.В.* Созависимость как следствие уровня религиозности // «Новая наука: проблемы и перспективы» // Международное научное периодическое издание по итогам Международной научно-практической конференции (Стерлитамак, 26 января 2017) // в 2 частях, Ч.2 – Стерлитамак: АМИ, 2017. – №1–2. – С. 66 – 67.
 10. *Масловский С.И., Цветков А.В.* О роли уровня религиозности в процессах саморегуляции поведения // «Экономика и социум» // Международный научно-практический журнал. – 2017, №3 (34).
 11. *Масловский С.И., Цветкова Н.А., Беловол Е.В.* «Особенности регуляции поведения верующими». // «Теория и практика общественного развития» // Theory and Practice of Social Development – принято к публикации.